

Środki uzależniające



1. Rozmawiaj ze swoim dzieckiem o szkodliwości i następstwach zażywania środków odurzających.
2. Wybierz najlepszy moment na rozmowę z dzieckiem i ucz się słuchać tego co dziecko do ciebie mówi.
3. Nawiązuj do wypowiedzi dziecka, aby pokazać, że je rozumiesz, obserwuj twarz dziecka i jego mowę ciała.
4. Wspieraj dziecko, udzielaj wielu pochwał i chwal wysiłek, a nie wyniki.
5. Nie porównuj wyników twojego dziecka z innymi.
6. Jeśli korygujesz zachowania dziecka krytykuj jego działania, a nie osobę.
7. Panuj nad swoimi negatywnymi emocjami (złością) i często mów, że je kochasz.
8. Powierzaj dziecku konkretne działania.
9. Bądź wzorem dla swojego dziecka i pomóż mu radzić sobie z presją rówieśników.
10. Daj dziecku wsparcie, aby umiało powiedzieć NIE w sytuacjach niebezpiecznych i gdy ktoś proponuje mu alkohol, narkotyki czy papierosy.
11. Organizuj czas wolny własnego dziecka.
12. Współpracuj ze szkołą w działaniach profilaktycznych kierowanych do dzieci.
13. Zgłaszaj wszelkie podejrzenia o przestępstwo wobec własnego dziecka.